

**ОБЩЕРОССИЙСКАЯ ОБЩЕСТВЕННАЯ ОРГАНИЗАЦИЯ  
СПОРТИВНАЯ ФЕДЕРАЦИЯ ПО ФУТБОЛУ  
«РОССИЙСКИЙ ФУТБОЛЬНЫЙ СОЮЗ»**

**УТВЕРЖДАЮ:**

**Генеральный секретарь РФС**

**М.Л. Митрофанов**

*М.Л. Митрофанов* 2022 г.



**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ПРОФЕССИОНАЛЬНАЯ ПРОГРАММА  
ПОВЫШЕНИЯ КВАЛИФИКАЦИИ**

**«ТРЕНЕР ПО ФУТБОЛУ МЕЖДУНАРОДНОЙ КАТЕГОРИИ  
«В-УЕФА ТРЕНЕР ВРАТАРЕЙ»**

**Москва  
2022**

## УЧЕБНЫЙ ПЛАН ПРОГРАММЫ

№ п/п	Наименование разделов, модулей, тем	Трудоем кость	Объем ауд. часов			Занятия с использованием ДОТ	Самостоятельная работа	Форма контроля
		в часах	всего ауд. часов	лекции	практические занятия			
<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>	<b>4</b>	<b>5</b>	<b>6</b>	<b>7</b>	<b>8</b>	<b>9</b>
<b>1.</b>	<b>Модуль 1. Тренер</b>	<b>28</b>	<b>22</b>	<b>10</b>	<b>12</b>	<b>2</b>	<b>4</b>	
1.1.	Введение в лицензию «В-УЕФА тренер вратарей»	2	0	0	0	2	0	Презентация
1.2.	Философия, ценности и взгляды	10	6	4	2	0	4	Презентация/ Дискуссия
1.3.	Методика обучения: искусство тренерской деятельности	16	16	6	10	0	0	Презентация/ Дискуссия/ Анализ проведения тренировочного занятия
<b>2.</b>	<b>Модуль 2. Игрок и среда</b>	<b>26</b>	<b>20</b>	<b>8</b>	<b>12</b>	<b>0</b>	<b>6</b>	
2.1.	Физическое развитие. Забота и благополучие. Понимание процесса развития игрока в этой среде	22	18	6	12	0	4	Презентация/ Дискуссия/ Анализ проведения тренировочного занятия
2.2.	Психологическое и социальное развитие	4	2	2	0	0	2	Презентация/ Дискуссия
<b>3.</b>	<b>Модуль 3. Тренировочный процесс</b>	<b>48</b>	<b>32</b>	<b>12</b>	<b>20</b>	<b>0</b>	<b>16</b>	
3.1.	Составление и содержание тренировок	22	16	6	10	0	6	Презентация/ Дискуссия/ Анализ проведения тренировочного занятия
3.2.	Планирование, проведение и анализ	24	14	4	10	0	10	Презентация/ Дискуссия/ Анализ проведения тренировочного занятия
3.3.	Мотивационный и учебный климат	2	2	2	0	0	0	Дискуссия
<b>4.</b>	<b>Модуль 4. Матч</b>	<b>22</b>	<b>14</b>	<b>8</b>	<b>6</b>	<b>0</b>	<b>8</b>	
4.1.	Игроки	12	8	4	4	0	4	Анализ матча и тренировочных занятий



№ п/п	Наименование разделов, модулей, тем	Трудоемкость	Объем ауд. часов			Занятия с использованием ДОТ	Самостоятельная работа	Форма контроля
		в часах	всего ауд. часов	лекции	практические занятия			
1	2	3	4	5	6	7	8	9
4.2.	Среда, связанная с матчем	8	4	2	2	0	4	Анализ матча и тренировочных занятий
4.3.	Форматы игры	2	2	2	0	0	0	Презентация/ Дискуссия
5.	<b>Итоговая аттестация. Формирующая оценка.</b>	<b>6</b>	<b>6</b>	<b>0</b>	<b>6</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	Межмодульные задания / Собеседование/ письменный тест
	<b>ВСЕГО:</b>	<b>130</b>	<b>94</b>	<b>38</b>	<b>56</b>	<b>2</b>	<b>34</b>	

### Рабочая программа модуля 1. «Тренер»

#### Объем модуля и виды учебной работы

Вид учебной работы	Всего часов
<b>Аудиторные занятия</b>	<b>22</b>
Лекции	10
Практические занятия	12
<b>Занятия с использованием дистанционных образовательных технологий</b>	<b>2</b>
<b>Самостоятельная работа</b>	<b>4</b>

#### Содержание модуля

Наименование разделов, модулей, тем	Содержание	Объем часов
<b>Лекции</b>		<b>10</b>
1.2. Философия, ценности и взгляды	Разница в тренерской работе на любительском и элитном уровнях. Позитивная манера поведения, в том числе уважение к «фэйр-плей». Сотрудничество с тренерским штабом при разработке программы обучения. Соблюдение ценностей, касающихся духа игры и спортивной этики, философии футбольного клуба	4
1.3. Методика обучения: искусство тренерской деятельности	Стили преподавания и обучения (моделях тренерской работы). Методики обучения с учетом потребностей игроков. Ошибки с помощью различных методов	6



	тренерского вмешательства. Создание хорошего примера в подходе к тренерской работе. Цели и задачи перед отдельными игроками, вратарями и всей командой в целом. Эффективное взаимодействие с игроками, вратарями, техническим штабом и родителями	
<b>Лекции с использование дистанционных образовательных технологий</b>		<b>2</b>
1.1. Введение в лицензию «В-УЕФА тренер вратарей»	Ознакомление с требованиями к тренерской лицензии	2
<b>Практические занятия</b>		<b>12</b>
Анализ проведения тренировочных занятий	Анализ тренировочного занятия на футбольном поле, как индивидуально, так и в микро-группе	12
Презентация	Выполнение задания по теме занятия	
<b>Самостоятельная работа</b>		<b>4</b>
Презентация	Выполнение домашнего задания	4
<b>Общая трудоемкость</b>		<b>28</b>

### Рабочая программа модуля 2. «Игрок и среда»

#### Объем модуля и виды учебной работы

Вид учебной работы	Всего часов
<b>Аудиторные занятия</b>	<b>20</b>
Лекции	8
Практические занятия	12
<b>Самостоятельная работа</b>	<b>6</b>

#### Содержание модуля

Наименование разделов, модулей, тем	Содержание	Объем часов
<b>Лекции</b>		<b>8</b>
2.1. Физическое развитие. Забота и благополучие. Понимание процесса развития игрока в этой среде	Безопасные и эффективные интегрированные недельные планы тренировок с учетом базовых тренировочных принципов и физической нагрузки. Физическая нагрузка разных типов футбольных тренировок. Факторы, увеличивающие риск травмы, и способы снижения такого риска путем разработки безопасных и эффективных тренировок с отслеживанием нагрузки, разогревом и упражнениями переподготовки. Разница в преимуществах и недостатках между интегрированным и изолированным подходами к физической подготовке. Безопасная среда обучения. Потребности каждого отдельного игрока. Польза хороших привычек для здоровья и результативности (питание, сон). Любительская футбольная среда и путь игрока от	6



	массового до элитного уровня. Стадии обучения и учебный процесс. Характеристики и требования позиций в игре и развитие игроков в команде, основанное на соответствующем формате игры. Профили игроков для эффективного анализа результатов игроков. Различиями в команде. Эксперименты в поиске эффективных решений. Быть активным участником клубной структуры с целью развития игроков и команды	
2.2. Психологическое и социальное развитие	Основные психические качества, связанные с результативностью и умение ими управлять. Игровое и социальное поведение игроков во время тренировок и игр. Социальные проблемы, связанные со злоупотреблением алкоголем и наркотиками. Социальные сети и их влияние на сплоченность и результативность команды в случае неправильного использования. Создание позитивной среды, развитие командного духа. Атмосфера открытости и целеустремленности путем позитивного взаимодействия с игроками, их семьями и техническим штабом	2
<b>Практические занятия</b>		<b>12</b>
Анализ проведения тренировочных занятий	Анализ тренировочного занятия на футбольном поле, как индивидуально, так и в микро-группе	12
Презентация	Выполнение задания по теме занятия	
<b>Самостоятельная работа</b>		<b>6</b>
Презентация	Выполнение домашнего задания	6
<b>Общая трудоемкость</b>		<b>26</b>

### Рабочая программа модуля 3. «Тренировочный процесс»

#### Объем модуля и виды учебной работы

Вид учебной работы	Всего часов
<b>Аудиторные занятия</b>	<b>32</b>
Лекции	12
Практические занятия	20
<b>Самостоятельная работа</b>	<b>16</b>

#### Содержание модуля

Наименование разделов, модулей, тем	Содержание	Объем часов
<b>Лекции</b>		<b>12</b>
3.1. Составление и содержание тренировок	Эффективные стили преподавания. Взаимодействие и связь с игроками согласно их возрасту и способностям. Технические и тактические занятия, способствующие постоянному развитию игроков и команды. Соотношение пространство и площадь в	4



	зависимости от количества игроков. Значение перегрузки в развитии способности игрока принимать решения	
3.2. Планирование, проведение и анализ	Компетентность в кратко- и среднесрочном планировании. Планирование и проведение тренировок с учетом потребностей как отдельных игроков, так и команды в целом. Техники обучения во время тренировок. Анализ результатов для обеспечения эффективной обратной связи для игроков и команды. Методы анализа матча и отдельных игроков. Система оценки профилей игроков для отслеживания индивидуальных и командных результатов	4
3.3. Мотивационный и учебный климат	Мотивация игроков с помощью эффективных и правильно подобранных тренировок. Воодушевление игроков и команды своим позитивным поведением. Высокие стандарты на поле и за его пределами. Различные стили управления. Создание среды обучения путем надлежащего планирования и подготовки	2
<b>Практические занятия</b>		<b>20</b>
Анализ проведения тренировочных занятий	Анализ тренировочного занятия на футбольном поле, как индивидуально, так и в микро-группе	20
Презентация	Выполнение задания по теме занятия	
<b>Самостоятельная работа</b>		<b>16</b>
Презентация	Выполнение домашнего задания	16
<b>Общая трудоемкость</b>		<b>48</b>

#### Рабочая программа модуля 4. «Матч»

#### Объем модуля и виды учебной работы

Вид учебной работы	Всего часов
<b>Аудиторные занятия</b>	<b>14</b>
Лекции	8
Практические занятия	6
<b>Самостоятельная работа</b>	<b>8</b>
<b>Общая трудоемкость</b>	<b>22</b>

#### Содержание модуля

Наименование разделов, модулей, тем	Содержание	Объем часов
<b>Лекции</b>		<b>8</b>
4.1. Игроки	Подготовка игроков и команды к матчам с четким пониманием ролей и базовых требований позиций в разных форматах и системах игры. Правильная подборка команды для матча и руководство ею во	4



	время матча. Предоставление всем игрокам равных возможностей для игры	
4.2. Среда, связанная с матчем	Управление результативностью посредством позитивных командных переговоров перед матчем, во время и после матча. Анализ и оценка результативности отдельных игроков и команды в целом. Эффективная обратная связь. Взаимодействие с техническим штабом	2
4.3. Форматы игры	Приобретение профессионального тренерского опыта, работая с разными форматами игры и матча (игра неполными составами, 11 против 11, футбольный турнир). Правила игры	2
<b>Практические занятия</b>		<b>6</b>
Анализ матча и тренировочных занятий	Анализ тренировочного занятия на футбольном поле, как индивидуально, так и в микро-группе	6
<b>Самостоятельная работа</b>		<b>8</b>
Презентация	Выполнение домашнего задания	8
Анализ матча и тренировочных занятий	Выполнение домашнего задания	
<b>Общая трудоемкость</b>		<b>22</b>

### Календарный учебный график

Календарный учебный график составляется при сформированной группе с учетом уровня их подготовки. График отражает периоды лекционных и практических занятий, проведение текущей и итоговой аттестаций.

Дата начала занятий	Дата окончания занятий	Название модулей	Кол-во учебных дней	Кол-во учебных часов
__._.202_	__._.202_	Модуль 1. Тренер	4-5	28
__._.202_	__._.202_	Модуль 2. Игрок и среда	4-5	26
__._.202_	__._.202_	Модуль 3. Тренировочный процесс	6-7	46
__._.202_	__._.202_	Модуль 4. Матч	3-4	22
__._.202_	__._.202_	Итоговая аттестация	2-4	6

### ОЦЕНКА КАЧЕСТВА ОСВОЕНИЯ ПРОГРАММЫ

#### Оценочные средства текущего контроля

Оценка теоретических знаний и практических умений слушателей (тренеров вратарей) проводится в виде текущего контроля освоения учебного материала по темам программы.

Форма оценки – индивидуальная и/или групповая (работа в микро-группе). После прохождения каждой темы слушатель (тренер вратарей) должен получить положительную оценку (зачет). Каждый слушатель (тренер вратарей) обязан получить положительную оценку



за все теоретические и практические задания, что будет отражено в формирующей оценке. В противном случае он не допускается к итоговой аттестации.

### **Оценочные средства текущего контроля теоретических знаний**

1. Дискуссия, которая проводится на учебном занятии путем обмена мнениями. Оценивается логичность суждений, умение убедить в правоте своего мнения, методический подход; объем знаний по изучаемому разделу учебной программы; эмоционально-поведенческий компонент.

2. Разработка портфолио, включающего в себя в том числе план-конспект тренировочного занятия. В нем отражаются задачи занятия (образовательные, воспитательные, оздоровительные), средства (упражнения), применяемые для реализации этих задач в каждой части занятия, методические рекомендации – помогающие более эффективно использовать основные средства.

3. Презентация. Выполнение задания по теме занятия и/или домашнего задания по теме занятия (в свободной форме).

### **Оценочные средства текущего контроля практических умений и навыков**

1. Анализ матча и/или проведения практического тренировочного занятия. Занятие направлено на сопоставление выдвинутых задач с достигнутыми результатами. Цель анализа заключается в выявлении методов и приемов организации деятельности тренера-преподавателя и спортсмена на учебно-тренировочном занятии, эффективности содержания учебно-тренировочного процесса, которые приводят или не приводят к позитивным результатам.

### **Оценочные средства итогового контроля**

К итоговой аттестации допускаются слушатели (тренеры вратарей), в полном объеме выполнившие учебный план.

Итоговая аттестация по программе включает в себя итоговое тестирование, портфолио, состоящее из межмодульных заданий и собеседование.

1. Итоговое тестирование состоит из двух самостоятельных заданий. Примеры заданий могут варьироваться (Приложение № 1).

2. Портфолио состоит из следующих межмодульных заданий:

– Самооценка до и после курса (представить заполненную анкету в электронном виде);  
– Самостоятельная работа во время очных занятий (наблюдение, подготовка/проведение тренировочного занятия);

– Анализ игр в рамках международных соревнований;

– Просмотр и анализ 3-х игр формата 11 против 11. Создать профили вратарей и подготовить план индивидуального развития на один месяц.

– Подготовить видео тренировочных занятий по конспекту:

- одна тренировка по обороне;
- одна тренировка по атаке;
- одна тренировка по физической подготовке с мячом.

Тренировочные занятия должны быть засняты на видеокамеру в полном формате. Обязательно наличие план-конспектов каждого тренировочного занятия).

– Обратная связь после каждого модуля. Философия.

3. Собеседование. Обсуждение портфолио и результатов освоения программы, умения ее применять в практической деятельности.





Материалы по портфолио должны быть подготовлены в электронном виде в формате Word, Power Point. Все материалы с указанием Ф.И.О слушателя (тренера вратарей) и лицензии присылаются одновременно на электронную почту Академии РФС [gk-uefa@rfs.ru](mailto:gk-uefa@rfs.ru).

По итогам изучения и анализа предоставленных материалов аттестационная комиссия Академии РФС вынесет решение о профессиональном соответствии и целесообразности выдачи соответствующей тренерской лицензии.

## Итоговое тестирование

ФИО: \_\_\_\_\_

### Задание 1:

Опишите роль и задачи тренера вратарей, связанные с тренировочным процессом команды (возраст 13-19 лет):

---

---

---

---

### Задание 2:

Совершенствование вратаря и обороны при прострельных передачах из фланга и полуфланга в разные зоны штрафной площади.

Зарисуйте схемы Вашей работы (содержание, методическую часть, требования по позициям, сопротивление, правила, интенсивность, отдых/пауза, кол-во повторений и т.д.).

#### Вратарская часть:

- Одно подводящее упражнение;
- Одно основное упражнение (на базе реальной ситуации с матча);
- Четыре вратаря + тренер.

#### Часть с игроками:

- Одно основное упражнение;
- Игра;
- Два вратаря + 12 игроков.

